

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПРИРОДНИЧИХ ДИСЦИПЛІН ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ШКОЛЯРІВ

Тетяна СКОРОХОД

Підготовка майбутніх учителів у вихованні здорового способу життя учнів є нагальною проблемою. На сучасному етапі завдання щодо формування уявлення про здоровий спосіб життя школою практично не розв'язані, що насамперед пояснюється недостатньою підготовленістю вчителя до такої роботи. Пропонуються рекомендації стосовно виховання здорового способу життя у школярів в процесі вивчення природничих дисциплін.

Preparation of future teachers to introducing healthy way of life habits to schoolchildren is an urgent issue. At present the tasks concerning shaping the idea of a healthy way of life are still unsolved by our school. It can be explained by the unproper preparation of teachers in this sphere. In this article some recommendations concerning introducing healthy way of life habits while studying natural science subjects are suggested.

Головним стратегічним завданням розбудови національної освіти Державна програма «Освіта» (Україна ХХІ століття), Національна програма «Діти України» визначають формування освіченої, творчої особистості, створення умов для її фізичного і морального здоров'я, забезпечення пріоритетного розвитку людини. Це означає, що держава несе відповідальність перед молоддю за свою діяльність і зобов'язана ефективно розв'язувати завдання формування здорового покоління, збереження та зміцнення його здоров'я.

З усього вищевказаного очевидно, що ця проблема загальнодержавна, комплексна, а наше завдання – виділити в ній конкретні питання, розв'язання яких під силу вчителю. У зв'язку з цим доречними є слова видатного педагога В.О. Сухомлинського: «Досвід переконав нас у тому, що приблизно у 85% неуспішних учнів головна причини відставання в навчанні – поганий стан здоров'я, певне нездужання або захворювання, частіше за все абсолютно непомітне, яке можна виявити лише спільними зусиллями матері, батька, лікаря і вчителя» [4, с.198]. «Учитель багато чого може, і якщо все, що він здатний зробити для зміцнення здоров'я школярів, він здійснює, діти виростуть такими, якими ми всі хочемо їх бачити – добрими, розумними і здоровими», – так високо оцінив роль учителя відомий лікар, вчений, професор С.М. Громбах.

На жаль, сьогодні прагматичний, утилітарний підхід залишається домінуючим у системі освіти, що веде до спрощеного сприйняття проблем здоров'я і намагання вирішити їх на примітивному, суто вітальному рівні за рахунок надання абеткових знань з наукових основ здорового способу життя [9].

За традиційними уявленнями в поняття «здоровий спосіб життя» входять: відмова від шкідливих звичок (паління, вживання алкогольних напоїв і наркотичних речовин); оптимальний руховий режим; раціональне харчування; загартовування.

У цей же час система середньої та вищої освіти не формує певної мотивації на здоровий спосіб життя, що пояснюється низкою протиріч, а саме: більшість школярів та студентів знає, що палити, пилячити і вживати наркотики шкідливо, але багато хто з них є прибічниками саме таких шкідливих звичок і, на жаль, є тенденція до зростання кількості такої молоді; хоча суспільство в цілому не заперечує, що потрібно рухатися, загартовуватися, але більшість членів суспільства, як правило, веде малорухливий

спосіб життя; неправильне, нераціональне харчування призводить до зайвої ваги навіть серед молоді. На жаль, труднощі сучасного життя залишають дуже мало місця для позитивних емоцій. Усе це підводить до висновку, що «знання» молоді про здоровий спосіб життя не стали переконаннями, молодь мало турбується про власне здоров'я. Вчені (Г.Л.Апанасенко, М.С. Гончаренко, М.В. Гриньова, В.М. Оржеховська) своїми дослідженнями доводять, що за останні роки стан здоров'я школярів набагато погіршився. На думку багатьох дослідників [5, 6, 8] ситуація зі станом здоров'я учнів зумовлена низьким рівнем знань про здоровий спосіб життя, зневажливим і нерідко безвідповідальним ставленням молоді до свого здоров'я.

Проведене нами дослідження підтверджує вище сказане. Нами були опитані 619 школярів 5–11-х класів у трьох школах міста Кіровограда, з них 324 хлопчика і 295 дівчат. Дані опитування показали, що серед школярів палять 18,7% (25,9% хлопців і 11,5% дівчат). 46% курців залучаються до цієї звички у віці до 17 років, причому, якщо в 5–7 класах паління є епізодичним явищем, то, починаючи з 8-го класу, у 24% школярів з'являється потреба в систематичному палінні. Ці результати узгоджуються з даними вітчизняних і закордонних дослідників [3, 10].

Аналіз результатів дослідження показав, що поширеність паління серед школярів залежить від вікових і статевих особливостей. Зокрема, від 8-го до 11-го класу кількість школярів, що палять, помітно зростає. Якщо у 8-му класі палять 19,8% хлопців, то в 11-му класі – 66,2%. Серед дівчат спостерігається аналогічна ситуація: з 8-го по 11-й класи кількість тих, що палять, зростає з 9,6% до 51,2%.

У результаті опитування школярів було визначено їхнє відношення до паління: більшість школярів, що не палять (47,2%) негативно відносяться до цієї шкідливої звички, а школярі, що палять, в основному утримуються від її оцінки (у 58,2% випадків), чи навіть схвалюють її (8,7%). З віком, поряд зі збільшенням кількості школярів, котрі палять, росте число учнів, що позитивно відносяться до паління.

Як уже було зазначено, одним з основних мотивів прилучення до паління дітей і підлітків є наслідування дорослим. Результати опитування показали, що палять 58,1% учителів-чоловіків, у половини старшокласників палять їхні батьки. Тому нам було цікаво з'ясувати: як поведуться батьки, котрі палять в будинку, квартирі? Виявилось, що 72% курців знає про шкідливі наслідки пасивного паління для навколишніх, особливо дітей, проте 68,5% з них все ж таки палять у квартирі. Отже, стає зрозумілим бажання підлітків наслідувати негативний приклад дорослих і батьків.

Підлітку, що прилучився до паління, стає все складніше відмовитися від цієї шкідливої звички. 2/3 курців хочуть кинути палити. Основною причиною, яка призводить людей до необхідності позбутися цієї шкідливої звички, є погіршення здоров'я (у 36,2% випадків), чимале значення має страх перед негативними наслідками паління (у 29,6% випадків). На такі причини, як порада лікаря чи власне переконання, вказали далеко не всі учні – відповідно лише 11,9% і 8,3%. Із школярів 13–18 років, що палять, спробували кинути палити 79,2%, причому більша половина з них – за власним бажанням, кожен п'ятий – через захоплення спортом і лише 11,8% скаржиться на погіршення здоров'я. У більшості курців, що спробували самотійно позбутися цієї шкідливої звички, такі спроби скінчилися невдачею, а 65% школярів, що кинули палити, повертаються до паління.

Аналіз результатів нашого дослідження школярів м. Кіровограда показує, що молодь починає звикати і до спиртного в ранньому віці, причому зі знайомства з пивом. Більша половина (53,4%) 14–16-літніх (як хлопців, так і дівчат) вживають слабоалкогольні напої, 35,3% – вино і 12,1% – міцні спиртні напої. Минулорічне соціологічне опитування в Україні показало, що 71% юнаків вживають пиво, 62% –

вино і 47% – міцні спиртні напої. Виходить, що алкоголь відіграє помітну роль у житті української молоді.

Стан з уживанням наркотичних речовин дітьми і підлітками, у даний час набуває загрозливого характеру. Створюється враження, що в підлітковому середовищі зараз не вживати наркотики стало чимось непристойним, не сучасним.

Ми не мали змоги отримати достовірних даних про вживання наркотичних речовин школярами м. Кіровограда, тому скористаємося даними Міністерства внутрішніх справ України [2]. Соціологічні дослідження показують, що 56% хлопчиків і 20% дівчат хоча б один раз вживали наркотичні або токсикоманічні речовини. 21% підлітків має знайомих, що вживають наркотики, у той же час більшість батьків (70%) вважають, що в їхньої дитини таких знайомих немає. 15% учнів 9–11 класів знають, де легко можна дістати наркотики.

А це означає, що *підготовка майбутніх учителів у вихованні здорового способу життя учнів є нагальною проблемою*. На сучасному етапі завдання щодо формування в учнів уявлення про здоровий спосіб життя школою практично не розв'язані, що насамперед пояснюється недостатньою підготовленістю вчителя до такої роботи.

За спеціальною анкетною, яка дає можливість у цифровому вираженні оцінити вміння вести здоровий спосіб життя, було проведено опитування студентів I і V курсів Кіровоградського державного педагогічного університету ім. В. Винниченка. Мета анкетування – отримати інформацію, необхідну для вдосконалення підготовки майбутнього вчителя до виховання здорового способу життя школярів.

З цією метою для кожного респондента розраховувався коефіцієнт готовності (КГ) за формулою: $KG = \frac{КОВ}{МКБ}$, де КОБ – кількість отриманих балів, МКБ – максимально можлива кількість балів. Якщо коефіцієнт КГ був у межах від 0,9 до 1,0, тоді рівень готовності вважався високим; від 0,7 до 0,8 – достатнім; від 0,4 до 0,6 – середнім; меншим за 0,4 – низьким.

Результати тестування студентів представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

Курс (кількість осіб)	Рівень сформованості							
	низький		середній		достатній		високий	
	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%
I (94)	39	41,5	49	52,1	6	6,4	0	0
V (206)	46	22,3	62	30,1	57	27,7	41	19,9

На жаль, як видно з наведених результатів, за період навчання в університеті, рівень готовності студентів V курсу до виховання здорового способу життя школярів в середньому збільшився, але малопомітно (у межах лише 20%).

Загальні результати бальної оцінки вміння самим вести здоровий спосіб життя свідчать про низький рівень обізнаності студентів у питаннях дбайливого ставлення до власного здоров'я (Таблиця 2).

Таблиця 2

Курс (кількість осіб)	<i>Ведуть здоровий спосіб життя</i>		Мають шкідливі звички					
			палять		вживають алкоголь		палять і вживають алкоголь	
	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%
I (94)	24	25,5	2	2,1	48	51,1	20	21,3
V (206)	53	25,7	9	4,4	110	53,4	34	16,5
Всього (300)	77	25,6	11	3,7	158	52,7	54	18,0

Одним з важливих реальних важелів збереження та зміцнення здоров'я є оптимальна фізична активність. Як показав аналіз анкетних даних, ставлення наших студентів до фізичної культури за п'ять років навчання в університеті практично не змінюється і демонструє вкрай скептичне сприйняття цього методу оздоровлення. Так, більша третина (36,3%) студентів I-го курсу і 32,0% студентів V-го курсу рухову активність не вважає необхідним засобом оздоровлення.

На запитання анкети: «Чи готові Ви до діяльності, спрямованої на виховання здорового способу життя молоді?» 81,4% першокурсників відповіли «Ні». Більш високий результат готовності до виховання здорового способу життя школярів продемонстрували п'ятикурсники, які на це ж запитання відповіли (40,3%). Разом з тим студенти V курсу показали значно кращі знання, відповідаючи на інші запитання анкети відносно формування здорового способу життя школярів, з якими, зазвичай, не справилися студенти першого курсу. Це вказує на підвищення рівня валеологічних знань, отриманих студентом за п'ять років навчання в університеті, але, як видно з наведених результатів (табл.1 і табл.2), значна кількість випускників університету не готова до виховання здорового способу життя школярів.

Відтак, забезпечити технологічну готовність майбутніх учителів до здійснення валеологічної діяльності не можуть загальноосвітні дисципліни. Незважаючи на інформативність цих курсів, вони не мають практичної спрямованості [4].

Взятий сьогодні курс на гуманізацію освіти має привести до зближення природничо-наукового та гуманітарного знання. У зв'язку з цим гуманізацію освіти й школи в широкому значенні слід розуміти як формування в учня особливої, власне, людської форми ставлення до навколишнього світу й до самого себе, до своєї власної діяльності, до свого здоров'я.

У низці публікацій пропонується, наприклад, при викладанні біологічних дисциплін включати питання протиалкогольної, антинікотинової та протинаркотичної профілактики. Такий взаємозв'язок на думку дослідників [1, 3, 10] дозволить підняти рівень знань про здоровий спосіб життя.

Учитель природничих дисциплін – це особливий тип педагога. Його діяльність, по суті, комплексна, тісно взаємозв'язаними аспектами якої є ідеологічно-моральний, психологічний, медико-біологічний. Медико-біологічні знання складають природничо-наукову базу професійної підготовки майбутнього вчителя, без засвоєння якої неможливо на високому рівні побудувати процес виховання здорового способу життя підростаючого покоління.

Разом з тим у вирішенні даної проблеми вартої уваги є і сучасна ситуація, коли телевізійні та радіопрограми насичені пропагандою спиртних напоїв, тютюнових

виробів і замість того, щоб пропагувати здоровий спосіб життя, вони формують шкідливі звички. Окремо потрібно відмітити руйнівний вплив на підліткову психіку комп'ютерних ігор, телевідеопродукції з демонстрацією жахів, насильства, статевої розпусти. Останнім часом все частіше йде мова про деструктивний вплив на дітей ігрових автоматів. Переважна їх кількість розміщується в тісних, обкурених, непристосованих приміщеннях, без належних санітарно-гігієнічних умов. Школярі годинами «граються» з сюжетами, наповненими кадрами агресії і насильства. Шкоду для фізичного і психічного здоров'я дітей від «спілкування» з ігровими автоматами дорослі і вчителі, а також батьки недооцінюють.

Аналіз статистичних даних і результати досліджень свідчать, що зменшується вік дітей, які починають курити, вживати алкоголь, наркотичні речовини, починають раннє статеве життя [6]. Таким чином, відбувається девальвація моральних цінностей, що потребує ефективних форм, методів, засобів впливу на молодь та вимагає професійної підготовки вчителя нової генерації, здатного осмислювати і застосовувати сучасні педагогічні технології, зокрема, пов'язані з формуванням, збереженням та зміцненням фізичного, психічного, духовного здоров'я підростаючого покоління.

Отже, об'єктивна необхідність збереження здоров'я дітей та учнівської молоді, формування здорового способу життя та культури здоров'я молодих громадян України визначена в сучасних освітніх документах. Разом з тим виявляється як суперечність у вирішенні аналізованої проблеми недостатнє науково-теоретичне обґрунтування та реалізація проблеми професійної підготовки вчителів природничих дисциплін, що зумовили вибір теми дослідження, мета якого полягає в теоретичному обґрунтуванні та практичній апробації нового змісту, зміни структури та методики формування готовності студентів природничих дисциплін у педагогічних вищих навчальних закладах до виховання здорового способу життя у школярів.

Концептуальні засади нашого науково-педагогічного дослідження зводяться до того, що буде створена модель підготовки студентів природничого напрямку у педагогічних вищих навчальних закладах до професійної діяльності, яка базуватиметься на таких положеннях:

- зараз суспільно-значущою стала потреба в готовності педагогічних кадрів до виховання здорового способу життя школярів;

- наявність відповідного напрямку підготовки педагогічних фахівців у вищому навчальному закладі вимагає створення навчально-методичного комплексу окремої або декількох навчальних дисциплін, який поєднує зміст, структуру, форми, методи і засоби навчання для забезпечення не лише аудиторних, а й позааудиторних занять та індивідуальну, самостійну науково-дослідну роботу майбутніх учителів;

- необхідність вдосконалення методики формування готовності майбутніх учителів природничих дисциплін до виховання здорового способу життя у школярів слід розглядати у поєднанні й взаємообумовленості як теоретичної, так і практичної підготовки майбутнього фахівця;

- виокремлення підготовки майбутніх учителів природничих дисциплін з поміж інших напрямків підготовки педагогічних кадрів у вищих навчальних закладах обумовлена специфікою й особливостями формування їхньої готовності до виховання здорового способу життя та культури здоров'я у школярів.

Таким чином, створювана модель підготовки студентів педагогічних вищих навчальних закладів до професійної діяльності буде сприяти формуванню готовності майбутніх учителів природничих дисциплін до виховання здорового способу життя учнів у школі, а також для створення суспільно значущих та освітніх передумов формування здорового способу життя та культури здоров'я взагалі.

БІБЛІОГРАФІЯ

1. Апанасенко Г.Л. Индивидуальное здоровье: сущность, механизмы проявления // Гигиена и санитария. – 2004. – №1. – С.60-63.
2. Васильченко Л.В. Кримінологічна характеристика проституції та її профілактика // Безпека життєдіяльності. – 2006. – № 6 – С.30-32.
3. Грушко В.С. Основи здорового способу життя. – Тернопіль, 1999. – 368 с.
4. Лесик В.В. Формування здорового способу життя в загальноосвітніх навчальних закладах засобами освіти і виховання // Проблеми освіти: Наук.-метод.зб. – К., 2006. – Вип. 49. – С.198-202.
5. Міненко А.О. Основи валеологічного моніторингу і оздоровчих технологій. – Чернігів, 2005. – 16 с.
6. Москаленко В.Ф. Здоровий спосіб життя: теорія і практика // Охорона здоров'я України. – 2002. – №2. – С.4-6.
7. Оржеховська В.М. Педагогіка здорового способу життя // Проблеми освіти: Наук.-метод.зб. – К., 2006. – Вип. 48. – С.3-7.
8. Страшко С.В., Гриньова М.В., Животовська Л.А., Заплатніков Л.Т. Концепція валеологічної освіти педагогічних працівників. – К., 2001. – 10 с.
9. Страшко С.В., Животовська Л.А. Шляхи впровадження галузевого стандарту вищої освіти бакалавра за спеціальністю «Валеологія»// Проблеми освіти: Наук.-метод. зб. – К., 2006.–Вип. 49.–С. 3–9.
10. Яременко О., Балакірева О., Вакулєнко О. та ін. Формування здорового способу життя молоді: проблеми та перспективи. – К., 2000. – 246 с.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

Скороход Тетяна Володимирівна – аспірантка Кіровоградського державного педагогічного університету імені В. Винниченка.

Наукові інтереси: проблеми методики викладання природничих дисциплін.